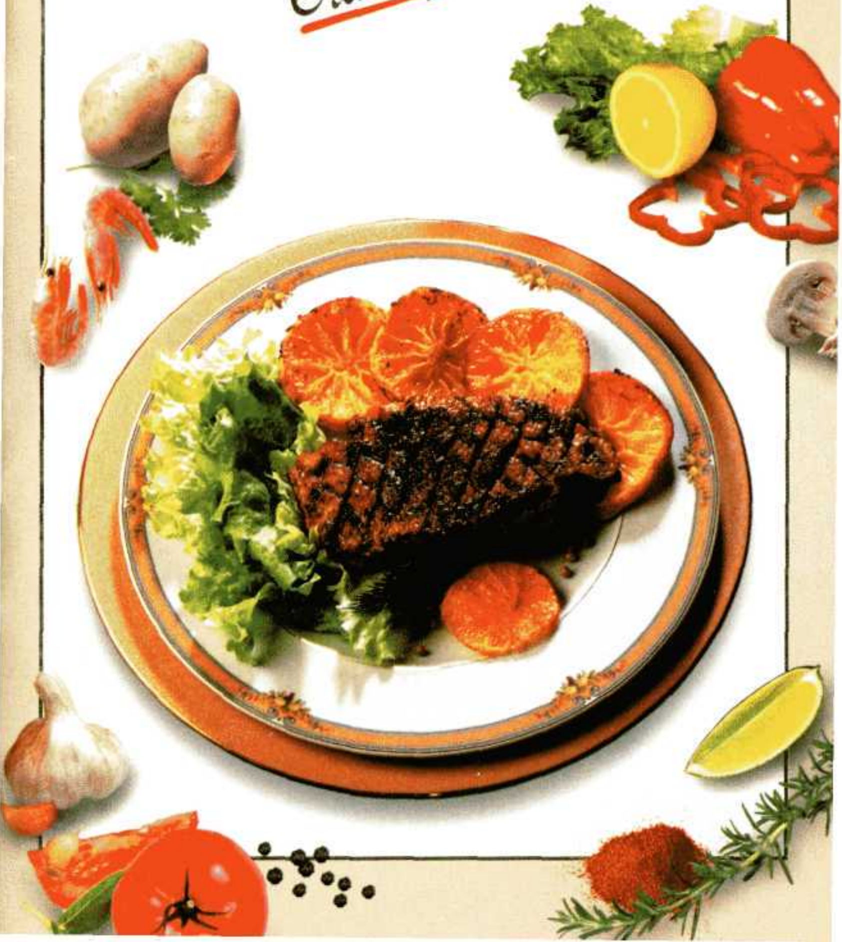
ГОТОВИМ В ГРИЛЕ

Очень просто!



УДК 641/642
ББК 36.997
Г 74

Составитель *Г. С. Выдревич*

Г 74 **Готовим** в гриле / Сост. Г. С. Выдревич. — М.: Эксмо; СПб.: Терция, 2007. - 64 с.

Гриль — очень удобное приспособление для пикников, позволяющее приготовить на природе множество вкусных и ароматных блюд. А если непогода на дворе или просто не сезон, можно воспользоваться грилем в микроволновке или обычной плите — и вспомнить лето.

В предлагаемой книге вы найдете множество рецептов блюд из мяса, птицы, рыбы, овощей и грибов, а также различных маринадов, которые можно использовать для шашлыков.

УДК 641/642
ББК 36.997

© «Терция», составление, 2007
© «Терция», оформление, 2007
© ООО «Издательство «Эксмо», 2007

ISBN 978-5-699-21442-6

www.infanata.org

ПРЕДИСЛОВИЕ

Гриль — очень удобное приспособление для пикников, позволяющее приготовить на природе множество вкусных и ароматных блюд. Материалом для растопки в них служат, как правило, дерево, древесный уголь или уголь в брикетах. У всех видов топлива есть свои плюсы и минусы. Если вы экономите время, используйте уголь. Если спешить вам некуда, лучше возьмите дрова: некоторые породы дерева (можжевельник, например) дают удивительный запах, который придаст вашим блюдам особую пикантность. Только не пользуйтесь елью или сосной: в них очень много смолы, и мясо или рыба могут приобрести неприятный привкус.

Правильно разжечь гриль совсем несложно. Прежде всего подыщите для него подходящее место — ровное и защищенное от ветра. Если идеального места нет, установите защитный экран так, чтобы от прикрыл гриль. Короб для угля полезно выстелить фольгой: она поможет дольше сохранить жар, да и чистить гриль будет намного легче. Не забудьте только о вентиляционных отверстиях, они не должны быть закрыты, так что сделайте в фольге дырочки.

Материал для растопки положите в середину короба вместе с хворостом. Топлива не жалейте, чтобы жар сохранялся несколько часов. Если вы не рассчитали, сколько нужно дров, и они прогорели раньше, чем закончился ваш праздник, снимите решетку, добавьте дрова или угли, перемешайте

и подождите, пока все прогорит. Не готовьте следующую порцию раньше времени. И не торопите процесс, подливая какое-либо жидкое топливо, не предназначенное для гриля. Последствия могут быть очень печальными.

Определившись с тем, что вы будете готовить, правильно подберите решетку: для стейков – плоскую, для окорочков и объемных овощей – объемную. На решетке для рыбы можно готовить также багеты или нарезанные вдоль кабачки.

Решетку смажьте рафинированным растительным маслом без вкусовых добавок, а затем прокалите – продукты к ней не прилипнут.

Если вы намерены готовить мясо, помните, для гриля хорошо подходят либо молодое мясо, либо мясо с небольшим количеством жира. Если оно постное, добавьте кусочки сала, положив его над мясом: жир будет плавиться и пропитывать продукты. Главное – чтобы он не капал на угли: и запах неприятный, и вкус блюда может испортиться.

Солить мясо нужно перед приготовлением или во время него, иначе оно потеряет слишком много сока и станет жестким. Кроме того, если мясо резать поперек волокон, оно будет мягче. Более сочным делает мясо и маринад. К тому же можно просто окунуть маленькие куски в растительное масло, а большие в холодную воду – они не подгорят и равномерно пропекутся.

Быстрее всего жарится и запекается свинина, для приготовления баранины и говядины требуется больше времени.

Птицу тоже стоит подготовить перед запеканием или жарением: можно промариновать или просто натереть лимонным соком. Более нежным, сочным и ароматным мясо птицы бывает, если готовить его с фруктами или орехами. Если вы готовите тушку целиком, просолите ее снаружи и внутри, а затем положите внутрь какие-нибудь сочные фрукты и зашейте. Не пожалеете.

Рыба готовится значительно быстрее, чем мясо или птица. Если вы жарите целую тушку, определить готовность проще простого: побелели глаза – можно есть. Куски

рыбы можно просто проколоть: легко входит вилка, нож или зубочистка – блюдо готово.

Если вы готовите очень нежную рыбу, чтобы куски не разваливались, подержите их в кислом маринаде или посолите минут за десять до тепловой обработки. И не снимайте кожу: рыба будет выглядеть намного красивее.

Овощи перед запеканием нужно обязательно вымыть и обсушить. Если вы готовите овощи целиком, не используйте крупные: чем дольше длится тепловая обработка, тем больше витаминов они теряют.

Грибы готовьте как можно быстрее после того, как принесли их из леса. Стоит ли говорить, что есть нужно только те дары леса, в которых вы уверены? А вот о том, что некоторые грибы замедляют расщепление алкоголя и он может вызвать отравление, знают не все. Так что грибы (вопреки расхожему мнению) – не лучшая закуска к крепким напиткам.

В общем, меню составляйте по своему вкусу, не нарушайте правила пользования грилем – и веселый и вкусный праздник вам обеспечен.

А если непогода на дворе или просто не сезон, воспользуйтесь грилем в микроволновке или обычной плите – и вспомните лето.

БЛЮДА ИЗ МЯСА

Телячьи стейки

4 телячьих стейка, 3 дольки чеснока, растительное масло, коньяк, зелень петрушки, соль.

Стейки обмазать маслом, натереть чесноком и выдержать 5–10 мин. Затем выложить на прогретую решетку и запекать по 5 мин с обеих сторон. В конце приготовления сбрызнуть коньяком и посыпать измельченной петрушкой. Готовые стейки посолить по вкусу.

Говядина с огненным соусом

8 говяжьих стейков, 3–4 помидора, растительное масло, соус «Табаско», черный молотый перец, соль.

Для соуса: 3–4 дольки чеснока, 1–2 ст. ложки кетчупа, 1–2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка соуса «Табаско», 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка измельченного орегано, 1 ч. ложка сахара, черный молотый перец, соль.

Говяжьи стейки посолить с двух сторон, поперчить, смазать соусом «Табаско» и растительным маслом.

Помидоры вымыть, обсушить, сверху нанести крестообразные надрезы, посолить, поперчить, сбрызнуть маслом.

Мясо и помидоры выложить на разогретую решетку. Мясо запекать с двух сторон по 3–4 мин, помидоры – 5 мин.

Приготовить соус. Чеснок раздавить, приправить солью и перцем, добавить кетчуп, масло, уксус, соус «Табаско», сахар, лимонный сок и орегано. Очень тщательно перемешать.

Готовые мясо и помидоры выложить на блюдо. Соус подать отдельно.

Ассорти

1 кг филе говядины, 4 луковицы, 2 стручка перца чили, 2–3 яблока, 1 небольшой цуккини, 3–4 дольки чеснока, 3–4 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить, очистить от пленок и нарезать крупными кубиками. Лук очистить, каждую луковицу разрезать пополам. Перец чили очистить от семян и крупно нарезать. Яблоки вымыть, обсушить, разрезать пополам, удалить сердцевину, нарезать крупными ломтиками. Цуккини очистить и нарезать толстыми ломтиками.

Мясо насадить на шампуры, чередуя с луком, перцем, яблоками и цуккини.

Чеснок раздавить, смешать с маслом, посолить и поперчить по вкусу. Получившейся смесью обмазать подготовленные шашлыки.

Жарить на углях в течение 20–25 мин, вращая шампуры.

Свинина с фруктами

1 кг мякоти свинины, 12 тонких ломтиков бекона, 12 слив, 4 кружка ананаса, 1 стручок чили, цедра 1 лимона, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить, нарезать крупными кубиками. Сливы очистить от косточек, каждую обернуть ломтиком бекона. Кружки ананаса нарезать крупными кусочками. Перец чили очистить от семян и нарезать тонкой соломкой. Добавить цедру, масло, лимонный сок, посолить и поперчить по вкусу, перемешать. Мясо нанизать на шампуры, чередуя с ананасом и сливами, залить соусом.

Готовить на разогретом гриле, время от времени вращая шампуры.

Говядина по-аргентински

8 говяжьих стейков, 8 тонких ломтиков цуккини, 16 ломтиков бекона, растительное масло, лимонный сок, черный молотый перец, соль.

Для соуса: 2 стручка перца чили, 2–3 дольки чеснока, 1 луковица, 30 г зелени петрушки, 2 ст. ложки уксуса, 3 ст. ложки воды, 4 ст. ложки растительного масла, морская соль.

Мясо посолить и поперчить по вкусу. Каждый кусок обернуть двумя ломтиками бекона и сжать. Мясо выложить на разогретую решетку, сбрызнуть лимонным соком и маслом. Запекать, переворачивая, примерно 10 мин. Цуккини посолить и обжарить отдельно с двух сторон.

Приготовить соус. Перец чили очистить от семян и растолочь. Чеснок и лук мелко порубить. Петрушку вымыть, обсушить, мелко нарезать. Ингредиенты соединить, приправить морской солью и перемешать. Уксус развести водой, довести до кипения, влить в смесь, добавить масло и тщательно перемешать.

Готовое мясо подавать с цуккини и соусом.

Копченая грудинка на гриле

1 кг копченой свиной грудинки, 1 л белого сухого вина, сухой укроп, кунжутное семя, оливковое масло, соль.

Грудинку нарезать небольшими кусками, залить вином и мариновать в течение 6 ч. Замаринованное мясо промокнуть бумажной салфеткой, посолить, обвалять в смеси укропа и кунжута, выложить на решетку, сбрызнуть маслом. Запекать до образования румяной корочки.

Оленина на решетке

1 кг оленины.

Для маринада: 200 мл уксуса, 250 мл воды, 200 мл сухого вина, 2 лавровых листа, 1 бутон гвоздики, 6 го-

рошин черного перца, 6 горошин душистого перца, 2 ст. ложки сахара, 1 луковица, 1 морковь, 0,3 корня сельдерея, соль.

Смешать все ингредиенты маринада, кроме вина, довести смесь до кипения, остудить, влить вино. Залить мясо маринадом и выдержать в течение 1–2 суток.

Готовое мясо нарезать крупными кусками, нанизать на шампуры и обжарить на решетке, вращая шампуры.

Мясо можно также приготовить целым куском, а затем нарезать. В этом случае оно будет более сочным.

Свиные ребрышки с паприкой

1 кг свиных ребрышек, молотая паприка, сухой чеснок, соль.

Ребрышки разрезать на порционные куски, натереть смесью паприки, чеснока и соли. Выложить на подогретую решетку. Готовить, постоянно переворачивая, пока мясо не станет мягким.

Телячьи котлеты

700 г телячьих котлет, 50 г оливкового или сливочного масла, 100 г белого хлеба, соль.

Котлеты посолить, смазать оливковым или растопленным сливочным маслом, обвалять в хлебных

крошках. Выложить заготовки на горячую решетку. Жарить около 15 мин, время от времени переворачивая.

Бараний фарш на гриле

450 г фарша, 2 луковицы, 2 стручка перца чили, 1 ч. ложка молотого чили, 5 ст. ложек растительного масла, 2 ст. ложки йогурта, 1 ч. ложка измельченного свежего корня имбиря, 1 ч. ложка раздавленного свежего чеснока, 0,5 ч. ложки молотого душистого перца, 1,5 ч. ложки смеси индийских специй, свежий кориандр, 1 ч. ложка соли.

Масло разогреть и обжарить в нем мелко нарезанный лук до золотистого цвета. К фаршу добавить йогурт, молотый чили, имбирь, чеснок, специи, душистый перец, соль, перемешать. Затем положить лук, перемешать, обжарить в течение 10–15 мин.

Перец чили размолоть вместе с несколькими листьями кориандра или очень мелко порубить. Фарш положить в кухонный комбайн, размолоть (можно просто тщательно размять вилкой), а затем смешать с чили и кориандром.

Получившуюся смесь переложить в невысокую огнеупорную посуду, поставить под разогретый гриль и готовить 10–15 мин, помешивая вилкой.

Кебапчета

500 г мяса (треть – говядина, две трети – свинина или баранина), черный молотый перец, соль.

Мясо пропустить через мясорубку, слегка посолить, сильно поперчить и перемешать. Из получившейся массы сформовать колбаски и обжарить их на разогретой решетке.

Люля-кебаб

1 кг мякоти баранины, 1 луковица, 2 ст. ложки гранатового или лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить немного воды, влить сок и тщательно перемешать. Из получившейся массы сформовать колбаски и обжарить их на горячей решетке.

Отбивные с корочкой из зелени

4 свиные котлеты, 1–2 дольки чеснока, 2 тоста, 2 яичных желтка, 4 помидора, 2 ст. ложки измельченного розмарина, 1 ст. ложка измельченного майорана, 1 ст. ложка измельченного тимьяна, 1 ст. ложка красного молотого перца, 30 г петрушки, 90 г растительного масла, 1 ст. ложка горчичных зерен, соль.

Из розмарина, майорана, тимьяна, красного перца и 3 ст. ложек растительного масла приготовить маринад. Котлеты отбить и положить их в маринад на ночь.

Петрушку вымыть, обсушить и крупно нарезать. Чеснок очистить и крупно нарезать. Тосты раскро-

шить. Ингредиенты соединить и смешать в кухонном комбайне до однородной массы. Добавить желтки, горчицу, посолить и перемешать.

Мясо вынуть из маринада, а маринад добавить в массу и все еще раз перемешать.

Котлеты смазать маслом, обжарить в течение 3 мин с каждой стороны.

Помидоры надрезать крест-накрест, полить растительным маслом и посолить.

Отбивные обмазать смесью трав. Жарить на горячей решетке вместе с помидорами примерно 4 мин.

Мясо с сыром

4 шницеля или котлеты, 4 ломтика сыра, растительное масло, красный молотый перец, соль.

Мясо натереть перцем с солью, смазать маслом и обжарить с двух сторон на горячей решетке. Незадолго до конца приготовления положить на каждый кусок по ломтику сыра.

К такому блюду хорошо подать обжаренные вместе помидоры и яблоки.

Ветчинные колбаски по-швейцарски

200 г вареной ветчины, 50 г сыра, 1 ст. ложка горчицы, 2 ст. ложки красного столового вина, растительное масло, зелень петрушки.

Ветчину нарезать ломтиками, смазать их горчицей, положить на каждый ломтик по кусочку сыра, сбрызнуть вином. Сформовать рулетики и закрепить их деревянными зубочистками. Заготовки смазать растительным маслом. Обжарить на решетке со всех сторон.

Готовые колбаски украсить зеленью.

Хлебные палочки с ветчиной по-венгерски

3–4 ломтика ржаного хлеба без корок, 200 г ветчины, 2 яйца, 40 г сливочного масла, соль.

Ветчину очень мелко порубить. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, порубить или натереть на терке. Хлеб нарезать полосками, намазать со всех сторон маслом, посолить, обвалять в ветчине и яйцах, а затем подсушить на разогретой решетке.

Бифштекс с помидорами

500 г вырезки, 50 г горчицы, 3 помидора, 3 луковицы, черный молотый перец, соль.

Филе нарезать ломтиками, посолить, поперчить, смазать горчицей.

Помидоры вымыть, обсушить, нарезать кружочками. Лук нарезать колечками.

Мясо выложить на горячую решетку вперемежку с помидорами и луком. Жарить около 10 мин.

Бифштекс на гриле

500 г вырезки, 50 г горчицы, черный молотый перец, соль.

Филе нарезать ломтиками, посолить, поперчить, смазать горчицей, выложить на разогретую решетку и обжарить с двух сторон в течение 8–10 мин.

Окорок на гриле

500 г вареного окорока, 1 яблоко, растительное масло, лимонный сок.

Окорок полить лимонным соком и выдержать около 10 мин в теплом месте. Затем смазать растительным маслом, обложить ломтиками яблока и обжарить на горячей решетке со всех сторон.

Бифштекс с грибами

500 г вырезки, 200 г вареных грибов, 1 свежий или маринованный огурец, 200 г сыра твердых сортов, 2 ст. ложки горчицы, черный молотый перец, соль.

Филе нарезать ломтиками, посолить, поперчить, смазать горчицей, выложить на горячую решетку и обжарить с двух сторон. В конце приготовления выложить на бифштексы мелко нарезанные грибы, на них – кружочки огурца. Через 2–3 мин положить ломтики сыра. Снять с решетки, когда сыр расплавится.

Жаркое из свинины

500 г нежирной свинины, 3–4 дольки чеснока, черный молотый перец, соль.

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, смазать раздавленным чесноком. Жарить на горячей решетке с двух сторон в течение 6–8 мин.

Жаркое из свинины с вином

800 г свиной шеи, 2 моркови, 2 луковицы, 20 г корня сельдерея, 200 мл красного сухого вина, 500 мл воды, 1 ст. ложка крахмала, горчица, тмин, черный молотый перец, соль.

Мясо (одним куском) натереть смесью измельченных моркови, лука, сельдерея, тмина, перца и соли, завернуть в пергамент и выдержать в холодном месте в течение 4 ч. После этого обмазать горчицей, положить на горячую решетку и готовить 15–20 мин, переворачивая в процессе приготовления.

Подогреть вино и с помощью кисточки смазать им мясо. Затем добавить воду, соль, довести до кипения, ввести разбавленный крахмал и снова вскипятить.

Готовое мясо нарезать порционными кусками и полить винным соусом.

Жаркое из свинины с грибами

500 г нежирной свинины, 3–4 дольки чеснока, 50 г вареных грибов, черный молотый перец, соль.

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, смазать раздавленным чесноком, а затем обжарить на решетке с двух сторон. За 2–3 мин до конца приготовления положить сверху грибы.

Баранина на косточке с воздушным картофелем и грибным соусом

4 бараньи котлеты на косточке, 6 средних клубней картофеля, 6 луковиц-шалот, 6 шампиньонов, 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка томатной пасты, 300 мл бульона из баранины, 300 мл бульона из телятины, 300 мл мадеры, 75 г сливочного масла, растительное масло, соль.

Картофель очистить, нарезать кружочками, вымыть и обсушить. Растительное масло разогреть, опустить в него картофель и греть до тех пор, пока кружочки не

начнут разбухать, но еще не изменят цвет. Вынуть картофель и сразу же переложить в бурно кипящее растительное масло. Кружочки разбухнут и приобретут золотисто-коричневый оттенок.

Шалот мелко нарезать. Грибы вымыть (можно не очищать), мелко нарезать и обжарить с луком в оливковом масле на слабом огне. Когда они подрумянятся, добавить томатную пасту и бульон. Прогреть, пока жидкость не выпарится наполовину, а затем влить вино. Перемешать. Снова выпарить наполовину, а затем все протереть. Посолить, положить нарезанное кусочками сливочное масло.

Баранину отбить, посолить, обжарить на гриле. Выложить на блюдо и подать с картофелем и соусом.

Вместо мадеры можно использовать любое десертное вино.

Рулеты из свинины

1 кг свиной мякоти, 200 г сыра, 1 вареное яйцо, 2 маринованных огурца, черный молотый перец, соль.

Мясо разрезать тонкими пластами, отбить, посолить, поперчить. На каждый пласт положить по ломтику сыра, мелко нарезанные огурцы и яйца. Сформовать рулеты, завязать их нитками. Жарить на гриле в течение 10–12 мин.

Говядина на шампурах

1,5 кг говяжьей вырезки, сливочное масло, лимонный сок, черный молотый перец, соль.

Мясо вымыть, обсушить, нарезать крупными кусками, посолить, поперчить, нанизать на шампуры. Жарить на гриле в течение 45–50 мин, переворачивая и смазывая сливочным маслом.

Готовое мясо снять с шампуров, выложить на блюдо, полить лимонным соком.

К нему хорошо подать помидоры, зеленый лук, ломтики лимона.

Шашлык по-узбекски

1 кг мякоти баранины, 4 луковицы, 5 ст. ложек муки, 2 яйца, черный молотый перец, соль.

Мясо дважды пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить яйца, посолить и поперчить по вкусу, тщательно перемешать. Из получившегося фарша сформовать небольшие колбаски, нанизать их на шампуры, присыпать мукой. Запекать на гриле в течение 20–25 мин.

В качестве гарнира к такому шашлыку идеально подходит салат из репчатого лука с гранатовыми зернами.

Ягнятина со сладкой корочкой

4 отбивные из ягненка, 1 клубень картофеля, 2 ст. ложки коричневого сахара, 1 ст. ложка сладкой горчицы, 1 ст. ложка оливкового масла, розмарин, красный молотый перец, соль.

Мясо отбить, посолить и поперчить по вкусу, смазать горчицей, посыпать измельченным розмарином и обвалять в сахаре.

Противень смазать оливковым маслом. Картофель тщательно вымыть и, не очищая, нарезать очень тонкими ломтиками. Ломтики обсушить бумажной салфеткой и выложить на противень в один слой. Сбрызнуть оливковым маслом, поперчить, посыпать розмарином. Сверху положить отбивные.

Запекать в предварительно разогретом гриле в течение 10 мин. В процессе приготовления не переворачивать.

Телятина на ребрышках с соусом «Шором»

900 г телятины на ребрышках, 1 долька чеснока, 1 веточка тимьяна, 1 ст. ложка оливкового масла, красный молотый перец, морская соль.

Для гарнира: 300 молодого мелкого картофеля, 200 г свежих грибов, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 веточка тимьяна, красный молотый перец, соль.

Для соуса: 2 яичных желтка, 4 ст. ложки винного уксуса, 0,25 луковицы-шалот, 2 ст. ложки сушеных помидоров, 40 г сливочного масла, 2 веточки эстрагона.

Мясо обжарить на гриле по 4 мин с каждой стороны, поперчить. Чеснок и тимьян мелко порубить, смешать с маслом. Получившейся смесью обмазать мясо, посолить и поставить в теплое место.

Картофель тщательно вымыть, отварить в мундире с тимьяном и чесноком, после чего, не очищая, подрумянить в оливковом масле. Добавить очищенные и

нарезанные грибы, обжарить. Посолить и поперчить по вкусу.

Приготовить соус. Шалот и эстрагон порубить. Шалот залить уксусом, поставить на огонь и выпарить жидкость наполовину. Затем добавить эстрагон, перемешать, жидкость отцедить. Ввести желтки. Взбивая смесь венчиком, влить растопленное масло, добавить помидоры и тщательно перемешать.

Мясо выложить на блюдо. Гарнировать картофелем с грибами. Соус подать отдельно.

Говядина в мятном маринаде

800 г говяжьей вырезки, 50–60 г мяты, 0,75 стакана растительного масла, 2 ст. ложки горчицы, сок 1 лимона, соль.

Мяту вымыть, встряхнуть, мелко порубить, добавить лимонный сок, растительное масло и горчицу, тщательно перемешать.

Мясо разрезать на четыре куска, отбить и положить в мятный маринад на 2–3 ч. После этого вынуть мясо из маринада, посолить по вкусу. Жарить на гриле по 3–4 мин с каждой стороны.

БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ

Цыпленок табака

1 цыпленок (1–1,5 кг), 0,5 головки чеснока, соль.

Цыпленка разрезать пополам вдоль, сделать прорези в коже, заправить в них ножки, посолить по вкусу, положить в эмалированную посуду и залить холодной водой, смешанной с раздавленным чесноком. Выдержать 10–12 ч.

Подготовленного цыпленка жарить на гриле до готовности.

Перепела «Восточные самоцветы»

3 перепела, 1 стручок красного сладкого перца, 1 стручок зеленого сладкого перца, 100 г баранины, 25 г курдючного жира, 1 маленькая луковица, 1 ч. ложка риса, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки красного сухого вина, зира, аджика, базилик, соль.

Перепелов вычистить, выпотрошить, вымыть, обсушить бумажной салфеткой, натереть изнутри

солью. Лук мелко нарезать, спассеровать в растительном масле. Курдючный жир мелко нарезать, обжарить, добавить мелко нарезанную баранину, обжарить. Добавить лук, отварной рис, посолить по вкусу.

Получившимся фаршем начинить перепелов, нанизать их на шампур, чередуя с кусочками сладкого перца, обмазать смесью зиры, базилика, аджики и растительного масла. Жарить на гриле до готовности, изредка сбрызгивая вином.

Готовых перепелов выложить на блюдо.

К ним можно подать свежие овощи и зелень.

Курица с ананасом

500 г филе курицы, 150 г ананаса, 1 яблоко, 1 лимон, паприка, соль.

Филе курицы нарезать порционными кусками, отбить, посолить и поперчить по вкусу. Обжарить на гриле до готовности. Яблоко и ананас нарезать ломтиками слегка обжарить на гриле. На блюдо выложить куски курицы, яблоко и ананас, полить лимонным соком.

К курице хорошо подойдет готовый сливочно-чесночный соус.

Цыпленок с чесноком

1 цыпленок (около 1 кг), 5 долек чеснока, 1 луковица, 1 стручок перца чили, 50 г сливочного масла, оливки, лимонный сок, черный молотый перец, соль.

Цыпленка выпотрошить, промыть, обсушить, залить лимонным соком и мариновать приблизительно 30 мин.

Две дольки чеснока раздавить, смешать с черным перцем и солью. Получившейся смесью обмазать замаринованного цыпленка изнутри и снаружи. Внутрь тушки положить оставшиеся дольки чеснока, луковицу, разрезанную пополам, целый стручок чили, оливки по вкусу, сливочное масло. Разрез в тушке скрепить, ножки и крылья зафиксировать.

Подготовленного цыпленка надеть на ветрел и жарить на гриле в течение 45–50 мин, постоянно вращая вертел.

Жареные куриные грудки

1 кг куриных грудок, 200 мл сухого белого вина, 3 дольки чеснока, 2 луковицы, 1,5 ч. ложки молотого мускатного ореха, 1 ч. ложка молотого белого перца, соль.

Грудки вымыть, обсушить, слегка отбить. Смешать вино, мелко нарубленный чеснок, нарезанный колечками лук, мускатный орех, перец и соль. В получившийся маринад положить мясо. Мариновать 4–6 ч. Подготовленное мясо обжарить на решетке до готовности.

Соте-гриль

500 г куриного филе, 1 стручок перца чили, 3 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки соевого соуса, 3 ст. ложки лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Куриное мясо вымыть, обсушить, нарезать полосками.

Перец чили очистить от семечек и мелко порубить. Добавить масло, соевый соус и лимонный сок, перемешать. Получившейся смесью залить мясо, посолить, поперчить по вкусу, перемешать. Мариновать около 30 мин.

Замаринованное мясо слегка обсушить и нанизать на шпажки, протыкая каждую полоску в нескольких местах.

Жарить на разогретом гриле около 5 мин, постоянно вращая шпажки, пока не образуется румяная корочка.

Цыпленок на углях

1 цыпленок (около 1 кг), 50 г сливочного масла, 50 г панировочных сухарей, 1 лимон, 100 г перечного соуса, зелень, черный молотый перец, соль.

Цыпленка разрезать на порционные куски, отбить, посолить и поперчить по вкусу, обжарить на решетке над углями до полуготовности, время от времени смазывая маслом. Снять с решетки, полить соком, выжатым из лимона, обвалять в сухарях. Жарить до образования румяной корочки.

Готового цыпленка выложить на блюдо, полить перечным соусом и посыпать измельченной зеленью.

Курица по-тайски

1 курица (1,5–2 кг), 2–3 дольки чеснока, 2 стебля кориандра, 250 мл сухого вина, соль.

Приготовить маринад из мелко нарубленного чеснока, измельченных стеблей кориандра и вина. Тщательно перемешать (желательно взбить с помощью блендера).

Курицу вымыть, обсушить, с помощью ножниц или острого ножа вырезать спинную кость. Затем перевернуть курицу на спину и надавить на нее двумя руками так, чтобы тушка стала плоской. Приподнять кожу, обмазать мясо маринадом. Курицу положить в плотный полиэтиленовый пакет, влить в него оставшийся маринад, пакет закрыть. Выдержать в холодильнике от 2 до 8 ч. Примерно за 30 мин до начала приготовления вынуть курицу из холодильника.

Запекать на гриле при слабом нагреве около 40 мин, переворачивая тушку каждые 5 мин. Готовую птицу укутать фольгой и выдержать около 10 мин.

Курица с кукурузными оладьями

4 куриные грудки без кожи и костей, 2 ст. ложки оливкового масла, 0,25 ст. ложки молотого перца чили, 0,25 ст. ложки орегано, соль.

Для оладий: 85 г муки, 2 яйца, 5 ст. ложек молока, 50 г сливочного масла, 0,5 пакетика пекарского порошка, 1 банка консервированной кукурузы, 1 ст. ложка мелко нарезанной петрушки, растительное масло, мускатный орех, соль.

Куриное мясо вымыть, обсушить, полить маслом, посолить по вкусу, натереть перцем и орегано. Выдержать около 10 мин. Подготовленные грудки обжарить на гриле по 5 мин с каждой стороны.

Приготовить оладьи. Масло взбить с яйцами, добавить муку, пекарский порошок, немного мускатно-

го ореха, соль, влить молоко. Взбивать, пока не образуется однородная масса. Затем добавить кукурузу без жидкости и петрушку. Перемешать. Растительное масло разогреть в сковороде. Выпечь оладьи, обжаривая их с каждой стороны по 1–2 мин.

Ароматная курочка

1 курица (около 1,5 кг), 1 луковица, черный молотый перец, соль.

Для маринада: 200 мл винного уксуса, 4–5 ч. ложек горчицы, 4 ч. ложки сахара, укроп, кинза, черный молотый перец, соль.

Приготовить маринад: смешать все ингредиенты с помощью кухонного комбайна в однородную массу.

Вымытую курицу залить маринадом, накрыть посуду крышкой и выдержать в холодном месте около 30 мин.

Внутрь замаринованной курицы положить целую луковицу, тушку посолить и поперчить по вкусу, ножки связать ниткой, надеть птицу на вертел. Готовить на гриле 30–40 мин, вращая вертел.

Курица с лимонным соком и медом

4 куриные грудки, 2 ст. ложки жидкого меда, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка соевого соуса, 1 ч. ложка тертой лимонной цедры, красный молотый перец, соль.

Куриное мясо вымыть, обсушить. На каждой грудке сделать крестообразные надрезы с обеих сторон.

Смешать мед, лимонный сок, цедру, соевый соус, перец и соль. Получившейся смесью смазать грудки с одной стороны, выложить на решетку. Готовить 10 мин, затем перевернуть, смазать другую сторону и готовить еще около 10 мин.

Вместо лимонного сока можно использовать лаймовый или апельсиновый.

Курица в йогурте

1,5 кг куриного филе, 500 г жирного йогурта, 1 головка чеснока, мята, корень имбиря, 1 ч. ложка куркумы, 0,25 ч. ложки свежемолотого черного перца, сок 1 лимона, тертая лимонная цедра, соль.

Куриное мясо вымыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками. Йогурт смешать с измельченной мятой, куркумой, крупно нарезанным имбирем, крупно нарезанным чесноком, цедрой, перцем и солью. В получившуюся смесь положить кусочки курицы, перемешать. Накрыть посуду крышкой. Мариновать не более 2 ч. Подготовленное мясо нанизать на шампуры и обжарить на гриле до готовности.

Куриное филе с пряной зеленью

1,5 кг куриного филе, 5 веточек базилика, 5 веточек орегано, 10 веточек петрушки, 100 г сушеных помидо-

ров, цедра 1 лимона, цедра 1 лайма, цедра 1 грейпфрута, 1 ст. ложка оливкового масла, черный молотый перец, соль.

Для гарнира: 700 г молодого картофеля, 500 г спаржи.

Для соуса: 4 ст. ложки оливкового масла, сок 1 лимона.

Филе курицы вымыть, обсушить.

Базилик, орегано и петрушку крупно нарезать. Помидоры и цедру лимона, лайма и грейпфрута измельчить. Ингредиенты перемешать, посыпать ими мясо, влить масло, перемешать. Посуду закрыть пищевой пленкой. Выдержать в холодильнике двое суток, время от времени перемешивая.

Картофель очистить, отварить до полуготовности, нарезать кружочками.

Лимонный сок взбить венчиком, добавляя тонкой струйкой оливковое масло.

Замаринованное филе очистить от зелени, положить на разогретую решетку. Готовить 5 мин, перевернуть, а затем готовить еще 4 мин. Положить на решетку рядом с курицей подготовленный картофель. Готовить по 3 мин с каждой стороны.

Спаржу зачистить и запечь на решетке в течение 3 мин.

Филе тонко нарезать, выложить на блюдо, посолить и поперчить по вкусу. Вокруг выложить картофель и спаржу, полить все соусом.

Фахитос из курицы

4 филе куриных грудок, 3 ст. ложки растительного масла, сок двух лимонов, 1 ч. ложка кумина, 1 долька чеснока, 1 ч. ложка молотой паприки, 3 средние красные луковицы, 2 стручка сладкого перца, 30 г кинзы, 2 авокадо, 3–

4 тонких лаваша, 3 ст. ложки измельченной брынзы, соль.

Куриное мясо нарезать крупными кубиками. Чеснок мелко порубить. Кумин раздавить. Масло, половину лимонного сока, кумин, чеснок и паприку соединить и тщательно перемешать. Получившимся маринадом залить курицу, накрыть посуду пищевой пленкой. Мариновать 1–3 ч.

Лук очистить, каждую луковицу разрезать на 4–8 частей. Перец вымыть, обсушить, очистить от сердцевины, крупно нарезать. Лаваш нарезать большими квадратами.

Курицу вынуть из маринада и нанизать на шампуры. Лук и перец нанизать на шампуры отдельно, в произвольном порядке. Мясо и овощи готовить на решетке, поворачивая шампуры, до готовности. Затем снять с шампуров и перемешать. Добавить крупно нарезанную кинзу, посолить.

Авокадо очистить от кожицы и косточек, крупно нарезать, залить оставшимся лимонным соком.

На горячую решетку выложить пустые шампуры, на них – куски лаваша. Прогреть.

Из теплого лаваша свернуть кульки, заполнить их смесью курицы и овощей, посыпать брынзой. Авокадо подать в качестве гарнира.

Индюшачья грудка с курагой

1 индюшачья грудка (800–900 г) с косточкой, 1,5 стакана панировочных сухарей, 0,5 стакана измельченной кураги, 0,25 стакана измельченных орехов пекан, 2 ст. ложки яблочного сока, 1 ст. ложка сливочного масла, 0,25 ч. ложки толченого сухого розмарина, 0,25 ч. ложки чесночной

соли, 1 ст. ложка сладкой горчицы, 1 ст. ложка воды.

Панировочные сухари смешать с курагой, орехами, яблочным соком, маслом, розмарином и чесночной солью.

Индюшачью грудку вымыть, обсушить, сбоку сделать надрез и вложить в него получившуюся смесь. Края надреза закрепить деревянными зубочистками.

Положить заготовку на разогретую решетку. Жарить до готовности. Последние 15 минут время от времени смазывать мясо смесью горчицы и воды.

Готовую индейку завернуть в фольгу и дать настояться 10–15 мин.

Утка в коньяке

6 утиных грудок, 2 сладкие луковицы, 2 дольки чеснока, 5 ст. ложек коньяка, лавровый лист, петрушка, кинза, черный молотый перец, соль.

С грудок снять кожу, мясо натереть солью и положить в стеклянную посуду. Лук и чеснок мелко порубить, добавить коньяк, измельченный лавровый лист, мелко нарезанную зелень, перец и соль. Получившейся смесью залить утку. Мариновать около 1 ч.

Замаринованные грудки выложить на решетку. Жарить 25–30 мин. Готовые грудки тонко нарезать и посыпать свежей зеленью.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

Форель по-датски

2–3 некрупные форели, 4–6 ломтиков бекона, лавровый лист, черный молотый перец, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, вымыть, обсушить, посолить и поперчить по вкусу. Внутрь каждой форели положить немного накрошенного лаврового листа. Каждую рыбу обернуть двумя тонкими ломтиками бекона.

Запекать на гриле с двух сторон около получаса.

Форель с соусом из паприки

200 г филе форели.

Для маринада: 1 ст. ложка оливкового масла, 0,5 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка лимонного соуса, тертый свежий имбирь, приправа «Пять перцев».

Для соуса: 1 стручок сладкого перца, 0,5 стакана овощного бульона, 0,25 ч. ложки меда, сахар, молотая паприка, соль.

Приготовить маринад, смешав указанные ингредиенты. Натереть смесью рыбу и выдержать ее в холодном месте 1,5 ч. Затем форель очистить от остатков маринада и обжарить на решетке над углями по 4 мин с обеих сторон.

Приготовить соус. Очистить перец, проварить его на пару в течение 4 мин, снять кожицу. Мякоть измельчить с помощью блендера, добавить бульон, немного сахара, мед, посолить по вкусу. Довести до кипения и на слабом огне варить, помешивая, пока соус не загустеет. Снять с огня, добавить паприку, накрыть посуду крышкой и дать настояться 3–4 мин.

Готовую рыбу полить соусом.

Стейки лосося с майонезом

2 стейка лосося, майонез, тертый сыр, лимонный сок.

Рыбу выложить на холодную решетку, нанести на стейки толстый слой майонеза, посыпать сыром и сбрызнуть лимонным соком. Прогревать над углями, пока сыр не расплавится и не образует легкую корочку.

Стейки из палтуса по-пиратски

500 г филе палтуса, лимонный сок, растительное масло, соус «Табаско», белый молотый перец, соль.

Рыбу вымыть, обсушить, разрезать на порционные куски, сбрызнуть лимонным соком, посолить и по-

перчить по вкусу. Небольшое количество масла смешать с соусом «Табаско». Получившейся смесью обмазать рыбу. Жарить на решетке над углями около 15 мин. В процессе приготовления несколько раз перевернуть.

Стейки лосося с лимоном

2 стейка лосося, лимонный сок, растительное масло, белый молотый перец, соль.

Рыбу залить лимонным соком так, чтобы он покрыл стейки. Мариновать 30 мин. Затем рыбу выложить на сито, обсушить, посолить и поперчить по вкусу.

Жарить на смазанной маслом решетке над углями до готовности.

Окунь в маринаде

1 кг речного окуня, 50 г соуса «Самбаль», 50 мл лимонного сока, 200 мл рыбного бульона, 2 ст. ложки устричного соуса, 50 г лимонной травы, 100 г сливочного масла, 3 дольки чеснока, растительное масло.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и обсушить. С двух сторон каждого окуня нанести неглубокие насечки острым ножом.

Приготовить маринад. Соединить соус «Самбаль», лимонный сок, рыбный бульон и устричный соус и тщательно перемешать.

Рыбу залить маринадом, накрыть посуду крышкой и выдержать около 2 ч в холодном месте.

Приготовить чесночное масло: чеснок раздавить, тщательно перемешать с размягченным сливочным маслом, после чего масло остудить.

Лимонную траву вымыть, обсушить, нарезать.

Рыбу вынуть из маринада, положить внутрь по кусочку чесночного масла, обвалять в лимонной траве.

Подготовленную рыбу выложить на смазанную маслом решетку. Запекать на углях около 5 мин.

Лосось со спаржей

2 стейка лосося, 1 апельсин, 1 ст. ложка дижонской горчицы, 1 ст. ложка бальзамического уксуса, 2 ст. ложки оливкового масла, зеленая спаржа, соль.

Спаржу вымыть, обрезать концы, полить оливковым маслом и уксусом, перемешать руками и мариновать 15–20 мин.

Из апельсина выжать сок, полить им стейки. Затем смазать рыбу маслом, горчицей и посолить.

Разогреть гриль. Лосося запекать вместе со спаржей в течение 10–12 мин.

Креветки в горчичном соусе

500 г крупных креветок, 1 луковица, 3 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки перечного соуса, 2 ст.

ложки измельченных ядер миндаля, белый молотый перец, соль.

Для соуса: 50 г неострой горчицы, 100 г мягкого сыра, 20 г укропа, сахар, соль.

Креветки очистить и нанизать на шпажки.

Приготовить маринад. Лук мелко порубить, добавить оливковое масло, перечный соус, миндаль, посолить и поперчить по вкусу, перемешать.

Креветки залить маринадом и поставить в холодное место примерно на 1 ч.

Вынуть шпажки с креветками из маринада, встряхнуть. Жарить на решетке, постоянно переворачивая, пока креветки не приобретут золотисто-коричневый оттенок.

Приготовить соус. Горчицу смешать с измельченным сыром и мелко нарезанным укропом, добавить немного сахара, посолить по вкусу.

Готовые креветки подать с соусом.

Креветки с фруктами

500 г крупных креветок, 500 г филе красной рыбы, 2–3 киви, 300–400 г мякоти дыни, 2–3 дольки чеснока, 3–4 ст. ложки оливкового масла, лимонный сок, белый молотый перец, соль.

Креветки очистить. Филе рыбы вымыть, обсушить, нарезать крупными кубиками. Креветки и рыбу сбрызнуть лимонным соком.

Киви очистить и нарезать крупными кубиками. Мякоть дыни нарезать так же.

На тонкие шампуры нанизать вперемежку креветки, рыбу, киви и дыню.

Чеснок раздавить, добавить оливковое масло, посолить и поперчить по вкусу. Получившейся смесью смазать продукты на шампурах. Запекать на гриле примерно 10 мин, постоянно вращая шампуры. К готовому блюду можно подать кружочки лимона, листья салата.

Креветки с пряным соусом

20 крупных сырых креветок, 3 дольки чеснока, 6 ст. ложек оливкового масла, 1 ч. ложка тертой душицы, 2 ст. ложки лимонного сока, 0,5 ч. ложки тертой лимонной цедры, кайенский перец, черный молотый перец, соль.

Креветки вымыть, очистить, насадить на шампуры по 5 штук, плотно прижимая друг к другу. Чеснок раздавить, добавить оливковое масло, посолить и поперчить по вкусу, всыпать душицу и цедру, влить сок. Тщательно перемешать. Креветки смазать получившимся соусом, подержать 10–15 мин, а затем обжарить на гриле с двух сторон в течение 2–3 мин. Готовые креветки снова смазать соусом, выложить на блюдо. Оставшийся соус подать отдельно.

Фаршированные кальмары

6 тушек кальмаров, 1 маленький цуккини, 1 луковица, 1–2 дольки чеснока, растительное масло, 1 яйцо, 1 ст. ложка муки, черный молотый перец, соль.

Цуккини очистить и нарезать маленькими кубиками. Лук и чеснок мелко порубить. Овощи посолить и поперчить по вкусу, потушить в горячем масле около 5 мин, слегка охладить, вбить яйцо, добавить муку и тщательно перемешать.

Тушки кальмаров промыть, обсушить, заполнить овощной смесью. Отверстия скрепить деревянными зубочистками.

Жарить на гриле примерно 10 мин.

Жареные кальмары

450 г кальмаров, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ст. ложка свежевыжатого лимонного сока, 1 ст. ложка измельченной петрушки, черный молотый перец, соль.

Тушки кальмара разрезать с одной стороны, разложить на доске, смазать оливковым маслом и лимонным соком, посолить и поперчить по вкусу.

Подготовленные тушки нанизать на шампуры, жарить на гриле по 1–2 мин с каждой стороны.

Готовые кальмары выложить на блюдо и посыпать петрушкой.

Кальмары с овощами

10 тушек кальмаров, 2 клубня картофеля, 2 стручка сладкого перца, оливковое масло, приправа для морепродуктов, соль.

Для соуса: 100 г молодого сыра, 100 мл натурального йогурта, 50 мл жирных сливок, 1 ст. ложка чесночной пасты, 1 ст. ложка тертых ядер орехов, 1 ч. ложка приправ для морепродуктов.

Кальмары очистить от кожицы, тщательно вымыть, нарезать толстыми кольцами. Картофель очистить, вымыть, нарезать кружочками. Перец вымыть, очистить, крупно нарезать.

На шампуры вперемежку нанизать кальмары, картофель и перец.

Смешать оливковое масло, приправу и немного соли. Получившейся смесью полить подготовленные продукты и оставить на 20 мин. Затем запечь на гриле, постоянно вращая шампуры, 10–15 мин.

Приготовить соус. Раскрошить сыр, добавить йогурт, сливки, пасту, приправу и орехи, тщательно перемешать.

Готовый соус подать отдельно.

Осетр, приготовленный на углях

5–6 порционных кусков осетра с кожей, 2–3 помидора.

Для маринада: 3 луковицы, 100 г майонеза, 2 ст. ложки тертой лимонной цедры, 1–2 ст. ложки растительного масла, 1 лимон, 1 ст. ложка красного молотого перца, 1 ч. ложка белого молотого перца, соль.

Лук мелко нарезать. Лимон нарезать очень тонкими кружочками. Лук и лимон соединить, добавить масло, майонез, красный и белый перец, цедру, посолить по вкусу, тщательно перемешать.

В получившийся маринад опустить рыбу и мариновать 1–2 ч.

Помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Замаринованную рыбу нанизать на шампуры вперемежку с кружками помидора. Жарить на решетке над углями, пока не образуется румяная корочка.

К осетру хорошо подходят печеный в золе картофель, лимон и белое вино.

Рыба, запеченная целиком

4 некрупных сига, форели или судака, 1 лимон, укроп, растительное масло, черный молотый перец, соль.

Рыбу очистить от внутренностей и жабр, вымыть, натереть перцем и солью изнутри, в брюшную полость положить по четвертинке лимона и по 1–2 веточке укропа. Сбрызнуть растительным маслом.

Запекать на решетке над углями с двух сторон до готовности.

Шашлык из осетрины

1 осетр (около 1 кг), 4–5 помидоров, 1–2 луковицы, 150 г зеленого лука, 2 лимона, белый молотый перец, соль.

Рыбу очистить от кожи и хряща, нарезать крупными кубиками.

Репчатый лук натереть на терке или пропустить через мясорубку, посолить и поперчить, перемешать.

В получившуюся массу положить рыбу и тщательно перемешать. Нанизать куски рыбы на шампуры и жарить на гриле около 10 мин.

Готового осетра подать с помидорами, обжаренными на гриле, крупно нарезанным зеленым луком, ломтиками лимона.

Тунец с зеленым луком

4 стейка тунца, 2 ст. ложки соевого соуса, 2 ст. ложки кунжутного масла, 2 ст. ложки белого винного уксуса, 1 ч. ложка коричневого сахара, 1 ст. ложка подсолнечного масла, зеленый лук, тертый имбирь, соль.

Соединить соевый соус, кунжутное масло, уксус, сахар, имбирь, тщательно перемешать.

В получившийся маринад опустить рыбу. Мариновать в течение 30 мин в холодном месте.

Замаринованного тунца обтереть, смазать подсолнечным маслом, обжарить на гриле с двух сторон по 2–3 мин.

Зеленый лук крупно нарезать, смазать подсолнечным маслом, посолить и потомить на сильно разогретой сковороде в течение 2 мин.

Готового тунца подать с зеленым луком.

Лосось с помидорами и сыром «Бри»

3–4 порционных куска лосося, 3–4 помидора, 200 г сыра «Бри», базилик, соль.

Рыбу положить на решетку, слегка посолить, готовить в течение 10 мин.

Затем выложить на рыбу кружочки помидора и ломтики сыра, посыпать базиликом. Прогреть, пока сыр не начнет плавиться.

В качестве гарнира хорошо подойдет молодой картофель.

Так же можно приготовить любую белую рыбу.

Морской окунь с луком-пореем

2 филе морского окуня, оливковое масло, 2 средних пера лука-порея, 150 г сливочного масла.

Для соуса: 300 мл красного вина, 0,5 рыбного бульонного кубика, 1 ч. ложка смеси китайских специй, 25 г сливочного масла, 4 ст. ложки сахара, соль.

Приготовить соус. Соединить вино, раскрошенный бульонный кубик, сахар, специи, соль. Тщательно перемешать, довести до кипения, кипятить на слабом огне 10 мин. Соус должен увариться примерно на две трети. Снять посуду с огня.

Филе рыбы положить на доску кожей вверх. Очень острым ножом нанести надрезы в виде решетки.

Лук мелко нашинковать, опустить в кипящее масло, посолить по вкусу. Жарить на слабом огне в течение 5 мин, затем откинуть на сито и обсушить.

Разогреть гриль. Рыбу смазать оливковым маслом, посолить, положить на решетку кожей вверх, готовить 5 мин.

После этого рыбу завернуть в фольгу, выключить гриль, положить рыбу в фольге, подержать в течение 5 мин.

Соус слегка подогреть, положить в него масло, нарезанное кубиками. Взбивать, пока соус не загустеет.

Подогреть лук, разложить его по тарелкам, сверху выложить рыбу. Полить соусом.

В качестве гарнира можно подать картофель.

Свежая сельдь с лимонным соком и зеленью

2 свежие сельди, лимонный сок, измельченная зелень, растительное масло, соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, вымыть, обсушить. На спинки нанести поперечные надрезы острым ножом. Посолить, полить лимонным соком, посыпать зеленью, смазать маслом.

Обжарить на решетке с двух сторон до готовности.

Рыбное филе с томатной пастой

4 куска рыбного филе, 2 ст. ложки лимонного сока, 1–2 ст. ложки томатной пасты, 4 ломтика окорока, растительное масло, белый молотый перец, соль.

Филе полить лимонным соком, выдержать 20 мин, посолить, поперчить, смазать маслом и томатной пастой. Слегка обжарить на решетке с обеих сторон. После этого на каждый кусок филе положить по ломтику окорока,

свернуть рыбу рулетами, смазать маслом. Обжарить, время от времени переворачивая.

Семга на гриле

800 г филе семги с кожей, 2 зеленых перца чили, 1 лайм, свеженатертый имбирь, базилик, соль.

Имбирь, тертую цедру лайма, мелко нарезанные перцы и измельченный базилик перемешать, посолить по вкусу.

Рыбу нарезать порционными кусками, натереть смесью приправ. Каждый кусок семги сложить пополам, соединить деревянными зубочистками. Жарить на гриле в течение 5–8 мин.

Маринованная форель на гриле

2 некрупные форели, 1 стручок перца чили, 1 маленький корень имбиря, 1 ч. ложка тмина, 1 ч. ложка кориандра, 1 ч. ложка растительного масла, морская соль.

Приготовить маринад. Перец очистить от семян и мелко порубить. Имбирь натереть на мелкой терке. Перец и имбирь соединить, добавить тмин, кориандр, масло, соль и перемешать.

Рыбу очистить, выпотрошить, вымыть и обсушить. С двух сторон нанести тонкие надрезы. Смазать рыбу маринадом, накрыть посуду крышкой и выдержать в холодильнике в течение 1 ч.

Замаринованную рыбу обжарить на гриле с двух сторон по 3–4 мин с каждой стороны.

Семга, фаршированная рисом

1 средняя семга (около 2 кг), 250 г длиннозерного риса, 70 г обжаренных ядер кедровых орехов, 50 г обжаренных ядер миндаля, 4 свежих помидора, 8 сушеных помидоров, 1 небольшой корень имбиря, 1 долька чеснока, 30 г свежего тархуна, приправа «Карри», красный молотый перец, морская соль.

Рис отварить в подсоленной воде до готовности. Свежие помидоры вымыть, обсушить, нарезать кубиками. Сухие помидоры измельчить. Имбирь натереть на мелкой терке. Чеснок раздавить.

Ингредиенты соединить, добавить орехи, посолить и поперчить по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, вымыть, обсушить, начинить получившимся фаршем. Сверху положить тархун.

Подготовленную семгу завернуть в фольгу и запечь на гриле по 20–30 мин с каждой стороны.

Стейки семги с чесноком и помидорами

6 стейков семги с кожей, 12–15 помидоров черри на веточках, 3 лимона, 1 головка чеснока, 30 г базилика, оливковое масло, черный молотый перец, морская соль.

Лимоны разрезать пополам. Чеснок нарезать пластинками.

На решетку положить помидоры срезами вниз, рядом – чеснок и помидоры на веточках. Слегка обжарить.

Рыбу вымыть, обсушить, посолить и поперчить, сбрызнуть оливковым маслом. Обжарить на решетке с двух сторон по 3–4 мин.

Готовую семгу сбрызнуть маслом, полить соком обжаренных лимонов, посыпать измельченным базиликом. Чеснок и помидоры подать в качестве гарнира.

Карп, фаршированный орехами

2 крупных карпа, 2 луковицы, 200 г ядер любых орехов, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 4 ст. ложки любого масла, 2 яйца, 2 ст. ложки мелко нарезанных петрушки и укропа, молотый мускатный орех, соль.

Рыбу очистить. Голову отрезать, внутренности вынуть, не разрезая брюшка. Карпов тщательно вымыть, вытереть изнутри.

Приготовить фарш. Орехи слегка обжарить на сухой сковороде и измельчить. Лук мелко нарезать и обжарить в масле. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, порубить. Соединить орехи, лук, яйца, сухари, зелень, посолить по вкусу, добавить немного мускатного ореха и перемешать.

Рыбу заполнить фаршем, завернуть в фольгу и запекать на гриле 20–25 мин.

Хороший гарнир – отварной картофель или тушеные овощи.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Тартинки с грибами

150 г свежих грибов, 2 ломтика белого хлеба, 2–3 ст. ложки растительного масла, 20 г сливочного масла, белый молотый перец, соль.

Грибы очистить, вымыть, крупно нарезать, полить маслом, посолить и поперчить по вкусу и обжарить на решетке.

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом, обжарить на решетке.

На хлеб выложить горячие грибы и сразу же подавать.

Овощи с базиликом и льдом

1 красная луковица, 1 кочан брокколи, 2 моркови, 2 цуккини, 1 ч. ложка сушеного базилика, 1 ст. ложка оливкового масла, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 кубика льда, 1 ч. ложка чесночной соли.

Овощи очистить. Цуккини и морковь нарезать маленькими кубиками, лук – тонкими ломтиками.

Брокколи разобрать на соцветия. Лист фольги длиной около 1 м сложить пополам, выложить на середину овощи, полить их оливковым маслом, посолить, посыпать базиликом. Сверху положить сливочное масло и кубики льда. Края фольги соединить и плотно закрепить. Внутри получившегося пакета обязательно должен остаться воздух. Пакет выложить на решетку и запекать овощи 25–30 мин.

Кукуруза в фольге

4 початка кукурузы, 200 г сыра твердых сортов, 2 дольки чеснока, 1 ч. ложка молотой паприки, сливочное масло, черный молотый перец, соль.

Сыр натереть на средней терке, смешать с раздавленным чесноком, паприкой, черным перцем и солью.

Початки очистить, вымыть, обсушить. Каждый початок обмазать толстым слоем сырной массы.

Готовить на гриле 15–20 мин.

На готовую кукурузу выложить по кусочку сливочного масла.

Пряные овощи по-мексикански

300 г батата (сладкого картофеля), 400 г консервированных томатов без кожицы, 400 г консервированного нута, 100 г шпината, 4 ст. ложки обезжиренного йогур-

та, 2 ст. ложки измельченного свежего кориандра, 2 ст. ложки пасты карри, 0,5 ч. ложки хлопьев чили, 4 лепешки «Тортилья», соль.

Картофель очистить, нарезать крупными кубиками, опустить в кипящую воду и варить 10–12 мин.

Помидоры смешать с нутом, хлопьями чили и пастой карри, потушить около 5 мин. Картофель слить и добавить к овощам. Затем положить шпинат и варить 1 мин. Всыпать кориандр, посолить по вкусу, снять с огня и укутать.

Лепешки сбрызнуть водой и разогреть на гриле по 20 с с каждой стороны. Выложить лепешки на подогретые тарелки, на них – овощную смесь, полить йогуртом, сложить лепешки пополам и сразу же подавать.

Вместо нута можно использовать белую фасоль, консервированную в собственном соку, а вместо лепешек – тонкий лаваш.

Овощи на шампуре

1 початок кукурузы, 2 стручка сладкого перца, 1 маленький цуккини, 4 небольшие белые луковицы, оливковое масло, белый молотый перец, соль.

Кукурузу очистить от листьев, разрезать початок на 4 части. Стручки перца вымыть, обсушить, очистить от сердцевины, каждый стручок разрезать пополам. Цуккини очистить, разрезать на 4 или 8 частей. Лук очистить.

Овощи нанизать вперемежку на 4 шампура, смазать маслом, посолить и поперчить по вкусу.

Жарить на решетке над углями, постоянно вращая шампуры, до готовности овощей.

К овощам можно подать сметану или готовый соус.

Овощи гриль

2 стручка сладкого перца, 1 цуккини, 2 баклажана, 4–5 мелких помидоров, 3–4 дольки чеснока, кинза, растительное масло, соль.

Перец вымыть, обсушить, разрезать стручки пополам вдоль и удалить семена. Цуккини очистить и нарезать кружочками наискосок. Баклажаны вымыть, обсушить, нарезать вдоль ломтиками. Помидоры вымыть и обсушить.

Овощи выложить в двойную решетку, смазанную растительным маслом. Жарить на углях до готовности.

Готовые овощи выложить на блюдо, посолить, посыпать мелко нарезанным чесноком и измельченной кинзой.

Овощные рулеты

2 баклажана, 1 цуккини, 2 стручка сладкого перца, 3 дольки чеснока, оливковое масло, белый молотый перец, соль.

Овощи вымыть и обсушить. Баклажаны и цуккини нарезать вдоль тонкими ломтиками и посолить. Перец очистить от семян и нарезать вдоль тонкой соломкой. Чеснок мелко порубить, смешать с маслом и измельченной зеленью, посолить и поперчить по вкусу.

Ломтики баклажана ополоснуть, обсушить, смазать чесночной смесью. На ломтик цуккини положить

ломтик баклажана, на него (поперек) – полоски перца. Накрыть ломтиком цуккини и сформовать рулет.

Подготовленные рулеты нанизать на шпажки. Запекать на гриле по 4 мин с двух сторон.

Грибы с чесноком

500 г свежих грибов, 4 дольки чеснока, 50 г зелени, 50 мл растительного масла, 30 мл соевого соуса, белый молотый перец.

Грибы очистить, вымыть, нарезать крупными ломтиками. Чеснок мелко порубить, соединить с измельченной зеленью, маслом и соусом, поперчить по вкусу и перемешать. В получившийся маринад положить грибы, перемешать. Мариновать около 1 ч.

Подготовленные грибы выложить на противень и запекать на гриле до готовности.

Грибы с салом и хлебом

500 г свежих грибов, 2 луковицы, 200 г сала, 3–4 ломтика бородинского хлеба, соль.

Мелкие грибы очистить, вымыть. Лук нарезать колечками. Сало и хлеб нарезать кубиками. Грибы насадить на шпажки вперемежку с луком, салом и хлебом.

Жарить на решетке над углями до готовности. В конце приготовления посолить.

К грибам хорошо подходят печеный в золе картофель и сметана.

Картофель, запеченный в фольге

4–5 клубней картофеля, 200 г бекона, 4–5 ломтиков сыра, зелень, соль.

Картофель очистить, вымыть, нарезать маленькими кубиками. Бекон нарезать тонкими ломтиками. Зелень порубить.

Подготовить 4–5 квадратных кусков фольги. На каждый выложить картофель, несколько ломтиков бекона, а сверху – ломтик сыра. Посолить по вкусу. Из фольги сформовать мешочек и поставить его на решетку. Запекать над углями 10–15 мин.

Готовый картофель хорошо как самостоятельное блюдо и как гарнир к шашлыку.

Картофель с икрой

5–6 небольших клубней картофеля, оливковое масло, сметана, красная или черная икра, соль.

Картофель вымыть, сварить в мундире почти до готовности, затем очистить и каждый клубень разре-

зать пополам. В каждой половинке с помощью чайной ложки сделать углубление.

Подготовленные клубни аккуратно выложить на объемную решетку, полить маслом. Готовить на гриле до готовности. В середине приготовления перевернуть.

Готовый картофель слегка посолить и остудить до теплого. После этого в углубление положить сметану, а сверху – икру.

Картофель гриль

4 крупных клубня картофеля, 150 г сливочного масла, 1 долька чеснока, 2–3 ст. ложки лимонного сока, 3 ст. ложки измельченной зелени, белый молотый перец, соль.

Картофель вымыть, каждый клубень разрезать пополам и завернуть в фольгу. Запекать на гриле 40 мин, часто переворачивая.

Сливочное масло размягчить, добавить мелко нарубленный или раздавленный чеснок, зелень, лимонный сок, перец и соль. Перемешать, выложить на влажный пергамент, сформовать маленькие рулетики и охладить.

Готовый картофель подать с масляными рулетиками.

МАРИНАДЫ

Маринады для мяса

Маринад с коньяком

3–4 ст. ложки растительного масла, 2–3 ст. ложки коньяка, 1–2 ст. ложки лимонного сока, черный перец горошком, соль.

Все ингредиенты соединить и перемешать до полного растворения соли. Мясо мариновать 1–2 ч.

Пряный маринад

30 г сушеного перца чили, 1 морковь, 2 стручка сладкого перца, 8 долек чеснока, 1 ст. ложка стручков кардамона, 2 ст. ложки семян зиры, 2 ст. ложки семян кориандра, 1 ст. ложка черного перца горошком, 75 мл оливкового масла, 1 ч. ложка крупной соли.

Морковь очистить и нарезать тонкой соломкой. Сладкий перец очистить от семян и нарезать кубиками. Чеснок раздавить.

Чили, морковь и перец залить горячей водой (примерно на 5 см), довести до кипения, уменьшить огонь до слабого и варить примерно 15 мин. Затем воду слить, овощи переложить в кухонный комбайн.

Семена кардамона вынуть из стручков, добавить раздавленный чеснок, соль, зиру, кориандр и перец. Растереть пестиком, положить в комбайн, влить 50 мл масла. Измельчить в однородную массу. Добавить оставшееся масло.

Маринад можно хранить в холодильнике до 1 месяца, следя за тем, чтобы на поверхности был слой масла.

Маринад с красным вином

125 мл красного вина, 4 ст. ложки оливкового масла, 2 луковицы, 4 дольки чеснока, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка розмарина, 1 ч. ложка тимьяна.

Лук нарезать колечками, чеснок – кружочками. Все ингредиенты соединить и тщательно перемешать. Мясо мариновать 3–4 ч.

Лаймовый маринад

Сок 1 лайма, 0,25 стакана оливкового масла, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложки соевого соуса, черный молотый перец, соль.

Дольки чеснока раздавить, залить соком, добавить соевый соус, оливковое масло, посолить и поперчить

по вкусу. Все тщательно перемешать. Мясо мариновать около 1 ч.

Маринад с горчицей (вариант 1)

1 луковица, 1 ч. ложка горчицы, 125 мл оливкового масла, 1 ст. ложка сахара.

Лук нарезать колечками, добавить остальные ингредиенты и перемешать до полного растворения сахара. Мясо мариновать около 12 ч.

Маринад с горчицей (вариант 2)

3 ст. ложки горчицы, 2 ст. ложки сахара, 6 ст. ложек кетчупа, 1 ст. ложка измельченной зелени, соус «Табаско», кайенский перец, соль.

Все ингредиенты соединить и перемешать до полного растворения соли. Мясо мариновать около 12 ч.

Маринад с белым вином

2–3 ст. ложки белого сухого вина, 3–4 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 2 дольки чеснока, свежая мята, розмарин.

Лук мелко нарезать, чеснок раздавить. Добавить остальные ингредиенты и перемешать. Мясо мариновать около 24 ч.

Томатный маринад

3–4 помидора, 100 г кетчупа, 100 мл растительного масла, 2–3 ст. ложки готовой приправы для мяса.

Помидоры ошпарить, очистить от кожицы и размять в пюре. Добавить остальные ингредиенты и перемешать.

Мясо мариновать 1–2 ч.

Маринад с медом (вариант 1)

6 ст. ложек соевого соуса, 4 ст. ложки меда, 2 ст. ложки соуса «Ворчестер», 6 ст. ложек кетчупа, 250 мл растительного масла, 2 ст. ложки джина, соус «Чили».

Все ингредиенты соединить и тщательно перемешать. Мясо мариновать около 12 ч.

Маринад с медом (вариант 2)

8 ст. ложек уксуса, 8 ст. ложек меда, 2 луковицы, 4 дольки чеснока, 4 ч. ложки молотого сладкого перца,

4 ч. ложки душицы, 125 мл растительного масла, соус «Табаско», соль.

Лук мелко нарезать, чеснок порубить.

Мед развести в уксусе, добавить несколько капель соуса «Табаско», положить остальные ингредиенты и тщательно перемешать.

Мясо мариновать не менее 4 ч.

Луково-чесночный маринад

2 луковицы, 4 дольки чеснока, 125 мл оливкового масла, 3 ст. ложки уксуса, 2 лавровых листа, 1 ч. ложка розмарина, 1 ч. ложка тимьяна, черный перец горошком, соль.

Лук нарезать колечками, чеснок раздавить. Добавить остальные ингредиенты и тщательно перемешать. Мясо мариновать около 12 ч.

Острый маринад

2–3 ст. ложки уксуса, 1 долька чеснока, 2 ст. ложки дижонской горчицы, 0,5 ст. ложки сахара, 5 ст. ложек оливкового масла.

Дольку чеснока разрезать пополам и натереть ею посуду для приготовления маринада. Горчицу перемешать с сахаром, добавить уксус и взбить. Добавить масло,

вливая его тонкой струйкой и взбивая. Можно слегка посолить и поперчить.

Перед использованием выдержать маринад в холодильнике (в стеклянной посуде) около недели.

Французский маринад

6 ст. ложек оливкового масла, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ч. ложка измельченного тимьяна, 2 ст. ложки измельченной петрушки, 1 долька чеснока, соль.

Чеснок раздавить, добавить остальные ингредиенты, закрыть посуду крышкой и несколько раз встряхнуть.

Мясо мариновать около 4 ч.

Этот маринад также подходит для морепродуктов.

Маринады для птицы

Ягодный маринад

2–3 ст. ложки уксуса, 1 долька чеснока, 2 ст. ложки дижонской горчицы, 0,5 ст. ложки сахара, 5 ст. ложек оливкового масла, 2 ст. ложки пюре из свежей малины или клубники.

Дольку чеснока разрезать пополам и натереть ею посуду для приготовления маринада. Горчицу перемешать с сахаром, добавить уксус и взбить. Добавить масло,

вливая его тонкой струйкой и взбивая. Затем ввести ягодное пюре. Можно слегка посолить и поперчить. Перед использованием выдержать маринад в холодильнике (в стеклянной посуде) около недели.

Маринад с зеленью

50 г петрушки, 2 ст. ложки лимонного сока, 125 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Зелень вымыть, обсушить, мелко нарезать. Добавить остальные ингредиенты и перемешать.

Птицу мариновать 2–3 ч.

Маринад с йогуртом

1 ст. ложка натурального йогурта, 0,5 ч. ложки карри, 0,25 ч. ложки куркумы, кардамон, 1 ч. ложка уксуса, 0,25 ч. ложки соли.

Все ингредиенты соединить и перемешать. Птицу мариновать 30 мин.

Пряный маринад

6 ст. ложек растительного масла, 6 ст. ложек уксуса, 1 ст. ложка соевого соуса, 1 луковица, 1 долька чеснока, 3 ст. ложки томатной пасты, 1 ч. ложка горчицы, 1 ч. лож-

ка молотой паприки, 1 ст. ложка измельченного розмарина, 1 ст. ложка измельченного тимьяна.

Лук мелко нарезать, чеснок раздавить. Добавить остальные ингредиенты и перемешать.

Птицу мариновать 1–2 ч.

Лимонный маринад

250 г мелких помидоров, сок 1 лимона, 1 красный перец чили, 5 перьев зеленого лука, 1 ст. ложка оливкового масла, 2 ст. ложки свежего кориандра, соль.

Помидоры вымыть и мелко нарезать. Перец чили очистить от семян и мелко порубить. Зеленый лук нарезать. Ингредиенты соединить, добавить остальные компоненты, перемешать.

К маринаду можно добавить немного меда, а сок лимона заменить соком лайма.

Маринады для рыбы

Маринад с белым вином

125 мл сухого белого вина, 4 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка тертой лимонной цедры, 1 луковица, 8 ст. ложек растительного масла.

Лук мелко порубить, добавить остальные ингредиенты и перемешать.

Рыбу мариновать 1–2 ч.

Маринад с виски

2 ст. ложки виски, 3–4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка шерри, 1 ст. ложка соевого соуса, 1 долька чеснока, черный молотый перец.

Чеснок раздавить, добавить остальные ингредиенты и перемешать.

Рыбу мариновать 30 мин.

Пряный маринад

1 ст. ложка измельченного розмарина, 1 ст. ложка измельченного чабера, 1 ст. ложка измельченной душицы, 1 ст. ложка измельченного тимьяна, 1 ст. ложка измельченного укропа, 50 мл оливкового масла.

Все ингредиенты соединить и перемешать.

Рыбу мариновать 1–2 ч.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие 3
Блюда из мяса 6
Блюда из птицы 22
Блюда из рыбы и морепродуктов 32
Блюда из овощей и грибов 47
Маринады. 54

ГОТОВИМ В ГРИЛЕ

Ответственный редактор *М. С. Яновская*
Художественные редакторы *А. Г. Лютиков, Н. Г. Кудря*
Художник *А. Г. Вайник*
Верстка *А. Г. Вайник*
Корректор *И. Г. Иванова*

ООО «Издательство «Терция»
191180, Санкт-Петербург, ул. Гороховая, д. 73, оф. 2Н
e-mail: tercia@qhome.ru

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное, Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями *обращаться в отдел зарубежных продаж ООО «ТД «Эксмо»*
E-mail: **foreignseller@eksmo-sale.ru**

International Sales: *For Foreign wholesale orders, please contact International Sales Department at* **foreignseller@eksmo-sale.ru**

По вопросам заказа книг «Эксмо» в специальном оформлении *обращаться в отдел корпоративных продаж ООО «ТД «Эксмо»* E-mail: **project@eksmo-sale.ru**

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»: Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный). e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**, сайт: **www.kanc-eksmo.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел. (812) 365-46-03/04. **В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3. Тел. (8312) 72-36-70. **В Казани:** ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (843) 570-40-45/46. **В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70. **В Ростове-на-Дону:** ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 268-83-59/60. **В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45. **В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52. **Во Львове:** ТП ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19. **В Симферополе:** ООО «Эксмо-Крым» ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и канцтоварами «Канц-Эксмо»:
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.

Подписано в печать 16.03.2007
Формат $70x100^1/_{32}$. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,58.
Тираж 10 000 экз. Заказ № 1947

Отпечатано в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати»
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

www.infanata.org
Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями!
Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!
www.infanata.org